



KONTAKT:

Anlaufstelle bei Ess-Störungen

Netzwerk looping
 Gesundheitsförderung und Prävention
 Enzkreis – Stadt Pforzheim
 Kronprinzenstrasse 9
 75177 Pforzheim

Fon: 0 72 31 / 3 08 -75
 Fax: 0 72 31 / 3 08 - 78
 e-mail: looping@enzkreis.de

**Beratungsstelle für
 Eltern, Kinder und Jugendliche**
 Kronprinzenstraße 9
 75177 Pforzheim

Fon: 0 72 31 / 3 08 -70
 Fax: 0 72 31 / 3 08 - 798
 e-mail: Beratungsstelle.Pforzheim@enzkreis.de

**FRAUEN
 FRAUEN
 MIT
 ESS-
 STÖRUNGEN**

GESPRÄCHSGRUPPE

Für Frauen mit Ess-Störungen bietet die Gesprächsgruppe Gelegenheit zum Austausch mit anderen Gleichbetroffenen.

Man spricht von einer Ess-Störung, wenn mehrere der folgenden Punkte zutreffen:

- die Figur und das Körpergewicht werden zum Mittelpunkt des Lebens
- alle Gedanken kreisen ständig ums Essen
- die Waage ist die wichtigste Kontrollinstanz
- das Gewicht wird durch Hungern/Erbrechen oder durch die Einnahme von Abführmitteln verringert
- es kommt immer wieder zu unkontrollierten Ess-Anfällen
- die Periodenblutung bleibt aus

Ess-Störungen haben nichts mit Ernährungsstörungen oder Appetitmangel zu tun. Sie sind ernste Erkrankungen, hinter denen unbewusste seelische Konflikte stecken.

Der schützende Rahmen dieser Gruppe kann einen Ausstieg aus Heimlichkeit und Isolation bedeuten.

Die Gesprächsgruppe eignet sich auch dazu, körperliche, seelische und soziale Probleme, die mit einer Ess-Störung verbunden sind, anzusprechen.

Die Teilnehmerinnen können ihren persönlichen Hintergrund und ihre gegenwärtige Situation beschreiben.

Sie erfahren untereinander Verständnis und Unterstützung. Anonymität und Schweigepflicht sind oberste Gruppenregeln.

Die Gesprächsgruppe ist fachlich begleitet. Sie kann als Vorbereitung im Hinblick auf eine psychotherapeutische Behandlung genutzt werden. Sie eignet sich ebenfalls nach Beendigung einer Therapie als Nachsorge.